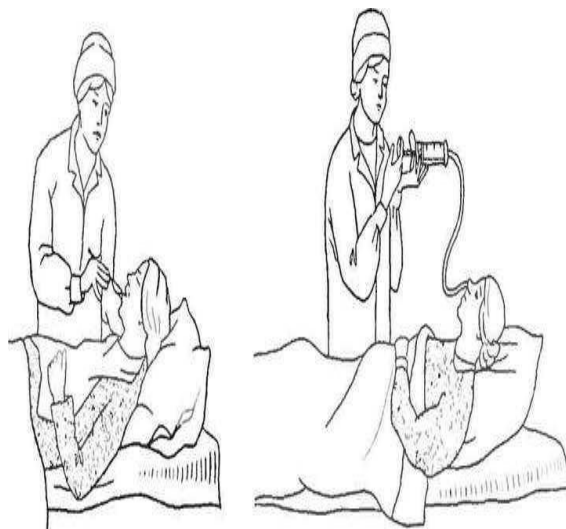


Частота приемов пищи	Питьевой режим	Процесс кормления
<p>Как правило, дневной рацион больного делится на 5-6 небольших порций. Кормление по расписанию обеспечивает установку цикла выделения желудочного сока. Уже через несколько дней организм привыкнет получать еду в одно и то же время и у больного проснется аппетит.</p> <p>Важно знать вместимость (емкость) посуды и столовых приборов, используемых больным, для оценки поступающей пищи и жидкости. Порция может составлять 2-3 ложки, если человек не хочет больше. Давайте не больше 2-х блюд за раз.</p> <p>Промежутки между приемами пищи должны быть примерно одинаковыми. При составлении графика питания учитывайте режим дня больного и время приема медикаментов. Некоторые препараты нужно принимать строго в определенное время натошак или наоборот только после еды.</p>	<p>1. Общий объем жидкости минимум 1,5 л в сутки;</p> <p>2. Для питья необходимо иметь две емкости: для холодных и для горячих напитков. Как правило, лежащий больной не может пить из чашки;</p> <p>3. Можно использовать специальные поильники, из которых жидкость вытекает маленькими порциями и не проливается, или поить из обычной посуды с трубочкой, чайной или десертной ложки, заварного чайника с низкорасположенным широким носиком, бутылочки с соской;</p> <p>4. Давайте жидкость небольшими порциями. Полную столовую ложку больному сложно сразу проглотить;</p> <p>5. Рекомендуется кипяченая охлажденная вода (менять каждые 2 часа), морсы, соки, компоты;</p> <p>6. Оценка водного баланса организма (составляется в одно и то же время ежедневно) Баланс = поступившая жидкость+ оксидационная вода – выделенная жидкость.</p> <p style="text-align: center;">Гигиена</p> <p>Помогите больному до и после еды вымыть руки или протереть их влажным полотенцем. После кормления предложить прополоскать рот, а если человек не в состоянии, очистить рот марлевым тампоном, смоченным кипяченой водой. По необходимости протирайте губы салфеткой во время кормления. Используйте для гигиены лица и рук горячие влажные салфетки.</p>	<p>Положение «сидя в кровати» для приема пищи – всегда комментируйте все свои действия и предупреждайте о них. Даже если вам кажется, что больной вас не слышит и не понимает!</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приподнимите изголовье кровати или голову – больной должен полусидеть, чтобы не поперхиваться;</li> <li>2. На грудь положите полотенце или непромокаемую салфетку;</li> <li>3. Под голову постелите полотенце, чтобы не испачкать наволочку;</li> <li>4. Для еды и напитков используйте прикроватную тумбочку или складной столик;</li> <li>5. Для сохранения рефлексов, давайте человеку в руку столовый прибор, даже если он им не пользуется – очень важно до конца сохранять самостоятельность;</li> <li>6. Не кладите сразу много еды на ложку;</li> <li>7. Следите, чтобы больной прожевал и проглотил пищу, прежде, чем давать другую ложку;</li> <li>8. Ждите, пока больной сам откроет рот, когда ложка коснется губ;</li> <li>9. Не настаивайте, чтобы человек съел всю порцию;</li> <li>10. Не критикуйте его за то, что, на ваш взгляд, он мало съел. И не обижайтесь на это;</li> <li>11. Если пища остыла, подогрейте ее.</li> </ol> <p>Постарайтесь изолировать больного от запахов приготовляемой пищи, если они вызывают у больного тошноту. Проветривайте комнату после кормления.</p>

## Основные правила организации питания маломобильных граждан



Питание тяжелобольных пациентов требует особого подхода. Важно иметь представление о подходах к организации питания, приспособленных для приема пищи, о питании через гастростому и возможных осложнениях.

Витамин А:		говяжья печень, яйца, творог, рыба, молоко, шпинат, морковь, петрушка
Витамин В1:		яйца, молоко, говяжья печень, горох, фасоль, дрожжи, ростки пшеницы
Витамин В2:		творог, яйца, овсяные хлопья, свинина, рыба, молоко, соевое масло
Витамин С:		цитрусовые, красные фрукты, цветная капуста, зеленый горошек, фасоль, редька.
Витамин Д:		растительное масло, говяжья печень, рыба, яичный желток, говядина
Витамин Е:		молоко, салат, ростки пшеницы, растительное масло
Витамин F:		рыбий жир, оливковое масло, сухофрукты
Витамин Н:		говяжья печень, грибы, овсяные хлопья, шоколад, яичный желток, орехи, молоко
Витамин К:		морская капуста, зеленый чай, шпинат, репчатый лук, чечевица

## КГБУ СО «КЦСОН «УЯРСКИЙ» «школа родственного ухода»



Питание и питьевой режим маломобильного человека